**Разминочный тест по физической культуре**

**Раздел. Легкая атлетика.**

1. Что такое кросс?

А) Бег по стадиону; Б) Медленный бег; В) Бег по пересеченной местности.

2. Как называется начало и окончание дистанции?

А) «Марш» - «Стоп»; Б) «Старт» - «Финиш»; В) «Старт» - «Стоп».

3. К видам легкой атлетики не относятся:

А) Прыжки в длину; Б) Метание; В) Прыжки через козла.

4. Когда подается команда «На старт!»

А) Во время бега; Б) До начала бега; В) В конце бега.

5. Как правильно дышать во время бега?

А) Через нос; Б) Через рот; В) Вдох через нос, выдох через рот.

**Раздел. Подвижные игры с элементами баскетбола.**

1 Родина баскетбола:

А) США; Б) Германия; В) Россия.

2. Укажите, сколько игроков в баскетбольной команде?

А) 5; Б) 6; В) 9.

3. Сколько шагов с мячом можно сделать после ведения?

А) Два; Б) Три; В) Один.

4. Ведение выполняется:

А) Двумя руками; Б) Одной рукой; В) Правой рукой.

**Раздел. Подвижные игры с элементами волейбола.**

1 Родина волейбола:

А) Россия; Б) Франция; В) США.

2. Число игроков на площадке?

А) 6; Б) 7; В) 9.

3. Переход игроков на площадке выполняется:

А) По часовой стрелке; Б) По указанию учителя; В) По желанию игроков.

4. Проигранный мяч отдается команде противника:

А) Под сеткой; Б) Над сеткой; В) Хоть как.

5. Сколько зон на площадки:

А) 5; Б)9; В) 6.